



Beide sind Profi-Triathleten: Salomé Hegi-Altermatt und Sven Altermatt führen ein Leben im Zeichen des Sports.

Amateur-Europameisterschaften im Triathlon. «Wir merkten beide, dass für uns sportlich noch mehr drin liegt und investierten entsprechend mehr», erinnert sich Salomé Hegi-Altermatt.

«Wir machen wenig Kompromisse.»

Sven Altermatt

Im vergleichsweise hohen Sportleralter begannen beide mit Wettkämpfen bei den Profis und reduzierten ihr Arbeitspensum als Lehrerin und Datenanalyst und Automationsentwickler. Obwohl die Ambitionen wuchsen – beide sind mittlerweile Mitglied des Goldwurst Power Teams – trainierte das Ehepaar Altermatt weiterhin die meisten Einheiten gemeinsam. «Wir gehen diesen Weg als Team zusammen, egal was kommt», versichert Sven Altermatt. Natürlich gebe es aufgrund des Leistungspotenzials auch Trainingseinheiten, die sie separat absolvieren müssen. «Wir machen wenig Kompromisse. Ich glaube nicht, dass ich ein besserer Athlet wäre, wenn ich alleine trainieren würde.»

ALS PAAR GRENZEN VERS

Salomé Hegi-Altermatt (30) und Sven Altermatt (30) treiben sich mit Akribie und Leidenschaft im Triathlon zu Höchstleistungen.

Die legendären 21 Serpentine hoch zur Alpe d'Huez im Juli und der ruhmreiche Inferno Triathlon im August – das Jahr hält für das Basler Ehepaar Salomé Hegi-Altermatt und Sven Altermatt gleich mehrere Höhepunkte bereit. Noch müssten sie beim Inferno Triathlon hoch zum Schilthorn aushandeln, wer die Mountainbikestrecke absolviert. In der Kategorie «Paar» peilen sie den Sieg an. Zum klassischen Triathlon gehören Schwimmen, Strassenradfahren und Laufen.

Die beiden sind auf den mittleren und längeren Triathlon-Distanzen zuhause. Als

Amateur beendete Sven Altermatt 2022 den Ironman auf Hawaii. Salomé Hegi-Altermatt gewann an den Duathlon-Schweizermeisterschaften 2021 bei der Elite die Bronzemedaille. Wenige Wochen später holte sie zweimal Silber an den

Ein spezieller Weltrekord

Anfang Februar unterboten Salomé Hegi-Altermatt und Sven Altermatt den Guinness Welt-Rekord über eine Meile im Laufen. Und zwar nicht irgendwie, sondern zusammengebunden an den Armen und Beinen. Dafür brauchten sie 5.38,83 Minuten.



Sie trainieren die meisten Einheiten gemeinsam, absolvieren aber manchmal auch separate Trainings: Salomé Hegi-Altermatt beim Training auf dem Rennrad ...

Wissenschaftliche Herangehensweise

Mit ihrem Sportstudium und seinem Life-Science-Studium mit Spezialgebiet Datenanalyse kommen bei Salomé Hegi-Altermatt und Sven Altermatt Kompetenzen zusammen, die im Leistungssport von grosser Bedeutung sind. Blut- und Sauerstoffwerte, Leistungsdaten, Trainingssteuerung und die richtige Ernährung prägen ihren Alltag.

«Abschalten und Distanz gewinnen sind wichtig.»

Salomé Hegi-Altermatt

Bleibt da noch Raum und Zeit, um als «normales» Ehepaar durchs Leben zu gehen? Sie hätten auch andere Interessen, betont Salomé Hegi-Altermatt. «Familie, Freunde, reisen, Schach spielen, kreativ und allgemein in der Natur sein.» Und sowieso, schmunzelt Sven Altermatt, hätten ihre Freunde irgendwann die «Schnauze voll», wenn sie dauernd über Triathlon reden würden. «Abschalten und Distanz gewinnen sind wichtig», mahnt Salomé Hegi-Altermatt. «Erst kürzlich waren wir auf einer Schneeschuhwanderung. Danach gab es Fondue und eine Meringue. Das muss auch mal sein.»

Tobias Gfeller

CHIEBEN



... und Sven Altermatt
beim Lauftraining.

Erziehungsdepartement des Kantons Basel-Stadt
Jugend, Familie und Sport
Abteilung Sport/Sportamt

Die ganze sportliche Vielfalt im, auf und am Rhein.
Am 4. Mai 2024 von 11 bis 16 Uhr
Rheinterrasse am Kleinbasler Kopf der Mittleren Brücke.
www.sport.bs.ch/herheinspaziert

heRhein spaziert

Erziehungsdepartement des Kantons Basel-Stadt
Jugend, Familie und Sport
Abteilung Sport / Sportamt

Bewirb dich jetzt als Badeaushilfe

EIN JOB FÜR DEN SOMMER, DEN DU NIE VERGISST!

Scannen und Bewerben
Für die kommende Badesaison suchen wir Badeaushilfen für unsere Gartenbäder.